

## Angebot Adipositas-Behandlung



In einem interdisziplinären und interprofessionellen Team unterstützen wir Sie, eine erfolgreiche Gewichtsreduktion sowie langfristige Gewichtsstabilisierung zu erzielen und dadurch Gesundheit und Wohlbefinden zu verbessern. Ihre Betreuung an der UDEM beginnt mit zwei Terminen:

**Erster Termin: Stoffwechselanalyse:** Dieser Termin beinhaltet eine umfassende medizinische Stoffwechseldiagnostik mit Laboranalyse, Messung der Körperzusammensetzung, Berechnung Energieumsatz. Komplettiert wird die Analyse mit einer standardisierten Befragung zu wichtigen Gesundheitsbereichen.



**Zweiter Termin: Ärztliche Sprechstunde (1-2 Wochen später):** Hier werden die vorgängig erhobenen Resultate mit Ihnen gemeinsam ausgewertet. Bei begründetem Verdacht werden Hormonstörungen und genetische Ursachen der Adipositas gesucht. Unter Berücksichtigung Ihrer medizinischen Vorgeschichte, Begleiterkrankungen und individueller Bedürfnisse werden auf Sie zugeschnittene Therapiemöglichkeiten aufgezeigt.

**Jährliche Standortbestimmung:** Zur Überprüfung des Therapieansprechens bieten wir Ihnen eine jährliche Stoffwechselanalyse mit ärztlicher Befundbesprechung an.

## Therapie-Komponenten

Grundlage jeder Adipositas-Behandlung sind die Änderung von Ernährungs- und Bewegungsverhalten. Je nach individueller Situation können ergänzend Medikamente, psychologische Interventionen, Physiotherapie/Bewegungsförderung oder invasive Verfahren (z.B. Adipositas-Operationen) eingesetzt werden.



**Ernährungsberatung:** Wir unterstützen und begleiten Sie bei der Erarbeitung und Umsetzung von Ernährungsstrategien, um Ihr persönliches Gewichtsziel zu erreichen und aufrechtzuerhalten. Dabei berücksichtigen wir Ihre Bedürfnisse, orientieren uns an wissenschaftlich belegten Konzepten und stellen die Versorgung mit essentiellen Nährstoffen sicher. Je nach Ihren persönlichen Zielen besteht die Möglichkeit von zeitlich begrenztem Einsatz von Mahlzeiterersatzprodukten (sog. „Formuladiäten“). Neben Vermittlung von guter Ernährungsqualität sind auch Ernährungsinterventionen zum Aufbau oder Erhalt einer gesunden Muskelmasse- und -funktion wichtige Beratungsinhalte.



**Psychologische Interventionen:** Mittels kognitiver Verhaltenstherapie unterstützen Sie unsere Psycholog:innen bei der Analyse und Veränderung von Verhaltensweisen im Bereich Ernährung und Bewegung. Wir stärken

Sie in der Erarbeitung von Bewältigungsstrategien für Stress, negative Emotionen und andere Belastungsfaktoren. Die psychologische Begleitung kann während der Gewichtsreduktion oder auch zur Rückfallprophylaxe in die Adipositas-Behandlung integriert werden. Bei Vorliegen von Adipositas-assoziierten Essstörungen (z.B. „Binge-Eating-Störung“) werden spezialisierte Betreuungen eingeleitet.



**Bewegungstherapie:** Bewegung begünstigt den Gewichtsverlust durch erhöhten Energieverbrauch und hilft bei der Erhaltung der Muskulatur während der Gewichtsreduktion. Hierzu kann eine professionelle Begleitung durch die Physiotherapie (Bewegungs-Assessment und Ableitung einer personalisierten Bewegungstherapie) ärztlich verordnet werden (am Inselspital oder extern).



**Medikamente zur Adipositas-Therapie:** In spezialärztlicher Behandlung setzen wir wissenschaftlich geprüfte und zugelassene Medikamente zur Unterstützung der Gewichtsreduktion und –stabilisierung ein. Neue Wirkstoffe orientieren sich an körpereigenen Darmhormonen, die Appetit und Sättigung steuern. Diese Medikamente sind rezeptpflichtig und erfordern eine ärztliche Aufklärung über Wirkung, Nebenwirkungen und Kassenzulässigkeit.



**Operative Adipositas-Therapien:** In bestimmten Situationen kann eine operative Intervention zur Behandlung der Adipositas erwogen werden. Vor einer Operation werden verschiedene Abklärungen und Untersuchungen vorgenommen und die Befunde werden an einem interdisziplinären Adipositasboard besprochen. Operative Behandlungen erfolgen durch die Spezialist:innen der Universitätsklinik für Viszerale Chirurgie und Medizin. In einem interdisziplinären Team begleiten und unterstützen wir Sie in der lebenslangen Nachsorge.

## Therapie-Modelle

Die auf Sie zugeschnittene Therapie kann entweder vor Ort oder telemedizinisch (mit App und Fernbetreuung, für mehr Informationen siehe Flyer DualCare Programm), in Zusammenarbeit mit unserem Kollaborationspartner Oviva.

### Anmeldung

Zuweisungsschreiben an [udem\\_ocare@insel.ch](mailto:udem_ocare@insel.ch). Danach erfolgt ein schriftliches Terminaufgebot.

**Universitätsklinik für Diabetologie, Endokrinologie,  
Ernährungsmedizin und Metabolismus (UDEM)**  
Inselspital, Universitätsspital Bern  
Freiburgstrasse 15  
CH-3010 Bern  
[www.udem.insel.ch](http://www.udem.insel.ch)

0179797\_05/24\_kfg/df

**Klinikdirektor**

Prof. Dr. med. Christoph Stettler

**Bereichsleitung**

Prof. Dr. med. et phil. Lia Bally

**Fachbereichsleiterin Pflege und Beratung**

Mirjam Michel